

Plan



¡Usted puede hacerlo!

Una guía simple sobre los nueve elementos esenciales que lo ayudarán a resguardarse donde esté en caso de emergencia.

Comience aquí

1 Agua



Agua embotellada. Un galón por persona, por día, para beber e higienizarse.

2 Alimentos



Alimentos no perecederos. Provisión de alimentos por persona para 3 a 5 días.

3 Ropa



Recoja una muda de ropa y calzado por persona.

4 Medicamentos



Recoja las dosis correspondientes a tres días de cualquier medicamento recetado que esté tomando.

5 Linterna



Guarde una linterna potente por si no hay electricidad.

6 Abrelatas



Asegúrese de que sea un abrelatas manual por si no hay electricidad.

7 Radio



Radio a batería para estar al tanto de las noticias y del tiempo.

8 Artículos de higiene personal



Solo artículos básicos como jabón, papel higiénico y cepillo de dientes.

9 Primeros auxilios



Artículos básicos como antisépticos, guantes, vendas y medicamentos de venta sin receta.

¡Listo!

Si desea más información sobre preparación para emergencias, comuníquese con:

Cruz Roja Americana	redcross.org
Centros para el Control de Enfermedades	cdc.gov
Disaster Help	disasterhelp.gov
Agencia Federal para el Manejo de Emergencias	fema.gov
Departamento de Seguridad Nacional de los EE. UU.	ready.gov